

# Vómitos



## Su niño ha tenido vómitos.

La exposición a bacterias, comer demasiado o calentarse demasiado puede causar vómitos. Es importante asegurarse que su niño no se deshidrata si está vomitando. La deshidratación (una pérdida grande de los fluidos del cuerpo) es muy dañina para los niños.

### Cosas que puede hacer en casa:

**¡Lávese las manos!** Lávese las manos para prevenir la propagación de gérmenes. Lávese las manos cuando prepare comida o después de usar el baño.

Limpie su cocina y baño con desinfectantes

Limpie los juguetes con los que su niño haya jugado

No alimente a su niño después de las primeras cuatro a seis horas de que haya estado vomitando. Usted puede darle a su niño cada 15 minutos algunos trozos de hielo para que los chupe.

Si su niño no vomita más después de chupar el hielo alrededor de cuatro a seis horas, su niño puede tomar de 1 a 2 cucharaditas de solución para hidratar cada 10 minutos. Alguna solución para hidratar es Ricelyte, Ceralyte y Pedialyte. Su niño puede vomitar de nuevo si toma demasiado de una sola vez.

No le de a su niño muchos líquidos como sopa, jugo, soda o bebidas para deportistas. Estas bebidas tienen mucha sal o azúcar y pueden enfermar seriamente a su niño.

Si su niño no ha vomitado de seis a 12 horas y se siente mejor, su niño puede tratar de comer. Primero, su niño puede tratar de comer pequeñas cantidades de comida. Algunas comidas que puede probar son:

- Arroz, trigo y cereal de avena
- Galletas sin sal o azúcar, pan
- Yogurt
- Verduras

- Frutas
- Sopas hechas con verduras y cereales, como sopa de verduras y arroz;
- Pollo horneado o hervido si la piel

Hasta que su niño este bien, no le de:

- Productos derivados de la leche
- Comida con grasa, como hamburguesas, tostadas a la francesa o pizza
- Mantequilla o salsa (gravy)
- Jugo de fruta
- Bebidas o comida con mucha azúcar, como sodas, té dulce o bebidas para deportista

Contacte a su proveedor de cuidado de salud si su niño:

- Tiene temperatura de 101° tomada por la boca o de 100° tomada en la axila
- Puede que esté deshidratado (no orina tanto como lo usual, los ojos y la boca parecen estar secos)
- Tiene dolor de oídos
- Tiene el cuello rígido
- Tiene dificultad para respirar
- Tiene ataques
- Está inconsciente
- Vomita sangre
- Tiene heces fecales con sangre o de color negro
- Tiene un fuerte dolor de estómago
- Se queja que le duele orinar
- No orina al menos una vez en ocho horas
- Parece que se siente muy mal

*Se excluye a estudiantes que vomiten dos o más veces durante 24 horas previas, a menos que los vómitos sean determinados que son causados por una condición no contagiosa y el niño no está en peligro de deshidratación.*

*Los nombres de marcas registradas en este documento sólo sirven como ejemplos. DHEC no prefiere ninguno de estos productos nombrados en este documento.*

*Para información adicional sobre exclusión de niños con vómitos o fiebre, vea la lista de DHEC de exclusión de la escuela por enfermedades contagiosas en <http://www.scdhec.gov/health/disease/exclusion.htm>*

Nombre del niño \_\_\_\_\_

Enfermera de la escuela \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

Escuela \_\_\_\_\_

Número de teléfono de la escuela (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_



Departamento de Salud y  
Control Ambiental de Carolina del Sur

[www.scdhec.gov](http://www.scdhec.gov)

*Nosotros promovemos y protegemos la salud del público  
y la del medio ambiente.*

<http://www.scdhec.gov/health/mch/wcs>